

Утверждаю
Директор



Г.Г.Сорокин

Школа **МБОУ "Ермошкинская СОШ"** Отд./корп **1-4 кл.** День **16.01.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Суп картофельный с горохом	200	7,63	118	4,71	3,73	15,96
			Бифштекс	80	26,40	220	14,28	19,35	7,27
			Хлеб пшеничный	25	1,35	48	1,52	0,17	9,72
			Хлеб ржаной	30	1,30	126	2,82	0,60	0,60
			Макароны отварные	150	5,28	211	5,32	4,89	32,52
			компот из кураги	200	8,00	95	0,34	0,02	24,53
			мандарины	90	10,08	45	0,40	0,40	9,80
			салат из свежих помидоров и огурцов	60	5,80	34	0,01	2,46	1,98
						65,84	897	29,40	31,62

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Шницель рубленый с соусом	80	17,95	199	13,88	17,78	4,50
			Макароны отварные	200	6,36	253	6,39	5,85	42,66
			Чай с фруктовым соком	200	4,49	95	0,34	0,02	24,53
			Хлеб пшеничный	25	1,55	60	1,90	0,20	12,15
			салат из свежих огурцов	30	5,68	34	0,01	2,46	1,98
						36,03	641,00	22,52	26,31
Обед			Суп картофельный с горохом	250	14,70	147	5,89	4,65	19,98
			Чай с фруктовым соком	200	4,49	123	1,04	30,96	33,16
			Хлеб ржаной	30	1,50	126	2,82	0,60	0,60
					20,69	396	9,75	36,21	53,74